

Health Safety Literacy

Pool & Water Safety



Edition 4: July 2003

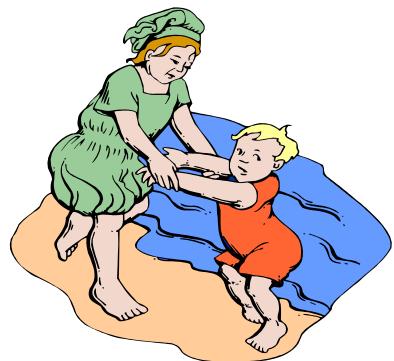
Tom Horne
Superintendent of Public Instruction
The Arizona Department of Education, Division of Adult & Family Literacy Education

Swimming Pool and Water Safety

Safety Precautions

How many times have you seen small children stamping their feet in a puddle or school-aged children playing in creeks or pools? Water is like a magnet for children of all ages. Water attracts people to cool off, especially here in Arizona as the summer temperatures begin to climb.

From all the media stories, we know water and swimming pools can be very hazardous. It is said that an accessible pool is more dangerous for a toddler than a loaded gun left sitting on a coffee table. In fact, **drowning is the number one cause of death for children under five in Arizona, California and Florida**. And for every drowning, there are eleven near drowning accidents that can leave a child with serious brain damage. If drowning were considered a disease, it would be called an epidemic.



Drownings occur in families of all educational and income levels. In most cases, families never think it can occur in their family or in their yard. Water accidents occur in split seconds of carelessness or inattention. 69% of the accidents occurred while one or both parents were responsible for supervision. 77% of the children had been seen 5 minutes or less before being missed and then discovered in the pool.

In talking with parents and grandparents whose children have drowned, it was learned that the person in charge was doing chores, was busy on the phone or was socializing. 69% of the time, when the adult supervision has failed, there was not a back-up protection layer. "Fail safe" or back-up plans must be put in place to keep children safe. These include having:



- Access doors to the pool area with high locks
- Alarms on pool access doors
- A pool barrier - fence or wall - that separates the pool entrance from the house (**fences should be at least four feet high**)
- Safety equipment at the pool site (**rings, poles, ropes**)
- An emergency telephone located poolside (**to be used for emergencies, not for personal use**)
- Water survival training and swimming lessons for children (**even very young children can learn to float**)
- CPR and rescue knowledge for parents, caregivers and babysitters

**Drownings happen so quickly and without warning.
Usually, there is no cry for help.**

Swimming Pool and Water Safety

Safety Precautions

With very young children and especially toddlers, large buckets, toilet bowls and bathtubs can be just as dangerous as swimming pools. Suddenly, an activity that was recreational and fun can turn into a frightening situation. There is nothing important enough to risk drowning! Children can drown in a few inches of water. Therefore, never leave a child unattended in a bathtub or at the side of a tub with water in it.

Tips for keeping your child safe in the tub:

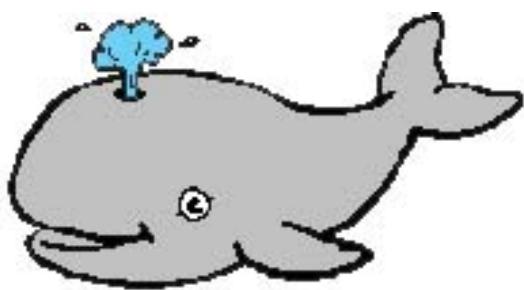
- **Collect all bathing items before putting water in the tub**
- **Test the water before putting the child in the water (scalding water will burn a child)**
- **Keep electrical devices away from the tub**
- **Put a rubber mat in the tub and non-slip rug on the floor**
- **Do not answer the phone or doorbell; if it's important the person will call or come back**
- **Make sure an adult is supervising; young children should not be "watching" younger children (*After a tub drowning where a child was watching his younger brother, he said to his family, "But he seemed OK; his eyes were open and he was looking at me (from under the water.)*)**



For children ages 5 to 12 years, the American Red Cross suggests that children be taught how to behave safely around water. This may include swimming or playing in pools, spas, creeks, rivers, lakes, or oceans. Five basic lessons are stressed in the Red Cross's Longfellow WHALE Tales.

WHALE stands for:

Water Habits Are Learned Early and Longfellow is an animated whale that says:



Always

- Swim with a buddy in supervised areas
- Be cool and follow the rules
- Look before you leap
- Think so you don't sink (*learn what to do when you get a leg cramp or get exhausted*)
- Reach or throw, but don't go (*safe ways to rescue a swimmer in trouble*)

Another suggestion is to teach children about the rules of "too." Never swim if they are **too tired, too cold** or have had **too much sun**. If these "toos" occur while in the water, the child needs to know to get out of the water immediately.

For the person or persons who assume the responsibility for watching children in pools, spas, rivers or lakes, they must understand that their job is to watch the children and the water constantly. This means the adult should not be reading, playing cards, talking on the phone, mowing the lawn or doing any other distracting activity-

The job at hand is to watch the children!

Swimming Pool and Water Safety

Safety Precautions

Some simple tips that can help ensure safe and fun, water experiences when vacationing, visiting friends with a pool or while tubing or boating:

- **Never** assume someone else is watching your child
- **Enforce** the water safety laws and rules
- **Stay** in areas where you can see the bottom
- **Know** where your children are at all times
- **Always** have a "designated child watcher"
- **If** you must leave a water area, take your children with you
- **Learn** to swim and to give CPR



Since 1988, many groups have come together to discuss and to help make people become aware of the issues of childhood drowning. In 1989, the Drowning Prevention Coalition of Central Arizona was formed. Members include the Phoenix Fire Department, Maricopa Girl Scouts, Weight Watchers, Water Watchers and B.J. Communications, to name a few. All groups advocate safety and encourage towns to mandate barriers (fences and walls) around pools. This year, the prevention campaign has taken on many new members, including the Adult Education Division of the Arizona Department of Education. It is hoped that the power of our voices, delivering one consistent message, will help save many children from having serious water accidents or death. It is hoped that, together, we can break this "epidemic" of drowning.



For more information about water safety, call the
Phoenix Fire Department's Water Safety Hotline at
602-495-5555

If you are outside of Maricopa County, please contact your local fire department for water safety information and for information about low cost CPR and swimming instruction in your area.

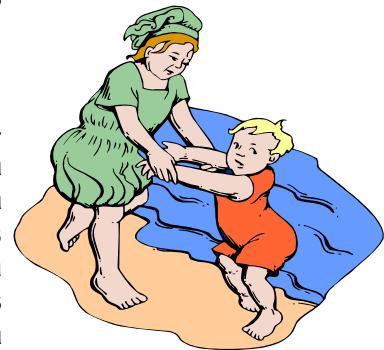


Seguridad en la Alberca y el Agua

Precauciones de Seguridad

Cuantas veces has visto niños pequeños brincando en un charco, o niños de edad escolar jugando en ríos pequeños o albercas? El agua es como un imán para los niños de todas las edades. El agua atrae a la gente para refrescarse, especialmente aquí en Arizona en el verano cuando la temperatura empieza a subir.

De todas las historias relacionadas al tema, sabemos que el agua y las albercas pueden ser muy peligrosas. Se dice que es más peligroso una alberca para un niño que empieza a caminar, que una pistola cargada encima de una mesa. De hecho, ahogarse es la causa de muerte número uno de los niños menores de cinco en Arizona, California y Florida. Por cada persona ahogada, hay once accidentes que pueden dejar a un niño con serios daños en el cerebro. Si el ahogarse fuera considerado como una enfermedad, sería llamada una epidemia.



El ahogarse ocurre en familias de todos los niveles de educación y económicos. En la mayoría de los casos, las familias nunca piensan en que puede ocurrir en su familia o en su jardín. Los accidentes en el agua ocurren en segundos por falta de cuidado y distracción. El 69% de los accidentes ocurrieron mientras uno o los dos padres eran responsables de supervisar. El 77% de los niños habían sido vistos 5 minutos o menos antes de haber desaparecido y entonces descubrirlos en la alberca.

Hablando con padres y abuelos, que sus hijos se han ahogado, aprendimos que la persona responsable o a cargo estaba haciendo tareas, ocupado en el teléfono o socializando. El 69% del tiempo, cuando la supervisión de un adulto falló, no había ninguna reserva de protección. Planes de reserva o precaución deben ser puestos en un lugar para mantener a los niños seguros. Esto incluye tener:



- **Puertas de acceso a la alberca con candados altos**
- **Alarmas en las puertas de acceso a la alberca**
- **Barreras (barda o reja) que separen la entrada de la alberca de la casa (la reja debe ser por lo menos cuatro pies de alto)**
- **Equipo de seguridad en la alberca (llantas, palos, cuerdas)**
- **Un teléfono de emergencia localizado cerca de la alberca (para ser usado para emergencias, no para uso personal)**
- **Entrenamiento de sobrevivir en el agua y lecciones de natación para niños (incluso los niños muy pequeños pueden aprender a flotar)**
- **Conocimiento de CPR (Resucitación Cardiopulmonar) y rescate de los padres y los guardianes**

**El ahogarse pasa rápidamente y sin precaución.
Usualmente no hay tiempo para ayudar.**

Seguridad en la Alberca y el Agua

Precauciones de Seguridad

Con niños muy pequeños y especialmente con los que empiezan a caminar, las cubetas grandes, los escurridos y las tinas pueden ser tan peligrosas como las albercas. De repente, una actividad que era recreacional y divertida puede convertirse en una situación espantosa. No hay nada lo suficientemente importante para el riesgo de ahogarse! Los niños pueden ahogarse en unas cuantas pulgadas de agua. Por lo tanto, nunca dejes a un niño sin atender en una tina o al lado de ella cuando esta llena de agua.

Puntos para mantener a su hijo seguro en la tina:

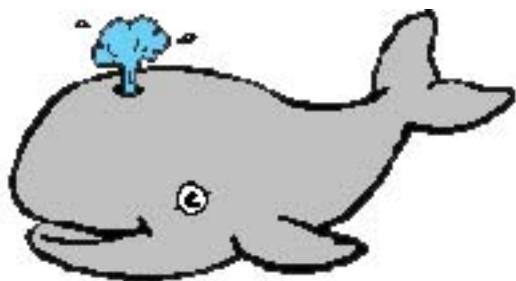
- **Recoger todas las cosas de baño antes de poner agua en la tina.**
- **Tentar el agua antes poner al niño en ella. (el agua muy caliente quemará al niño)**
- **Mantenga dispositivos eléctricos lejos de la tina**
- **Ponga un tapete de plástico en la tina y una alfombra no resbalosa en el piso**
- **No conteste el teléfono o el timbre de su puerta; si es importante la persona llamará o regresará.**
- **Cersiorarse que un adulto este supervisando; los niños no deben estar “cuidando” a niños mas pequeños que ellos.**
(Después de ahogarse en una tina en donde un niño estaba cuidando a su hermano menor, el le dijo a su familia, “El se miraba bien; sus ojos estaban abiertos y me estaba mirando a mi (debajo del agua.)



Para niños de 5 a 12 años de edad, la Cruz Roja Americana sugiere que los niños deben de ser enseñados como comportarse con seguridad cuando están cerca del agua. Esto incluye nadando o jugando en albercas, canales, ríos, lagos o el mar. Cinco lecciones básicas están definidas en los cuentos de **WHALE** de la Cruz Roja.

WHALE significa:

Water Habits Are Learned Early (Los Hábitos en el Agua son Aprendidos Rápidamente).



Estos dicen: **Siempre**

- Nadar con un compañero en áreas que estén supervisadas
- Sigue las reglas
- Fijate antes de dar un salto
- Piensa para que no te hundas (*aprende lo que debes de hacer cuando te da un calambre o te agotes*)
- Alcanza o avienta (cuerda o salvavidas) pero no lo hagas tú (*maneras seguras para rescatar a un nadador en problemas*)

Otra sugerencia es enseñar a los niños las reglas acerca de el “muy”. Nunca nades si estás **muy cansado**, o si está **muy frío**, o si has estado **mucho** tiempo en el sol. Si esto ocurre mientras están en el agua, los niños necesitan saber que se tienen que salir inmediatamente.

Para la persona o personas que asumen la responsabilidad de cuidar niños en albercas, ríos o lagos, deben entender que su trabajo es observarlos en el agua constantemente. Esto significa que el adulto no debe estar leyendo, jugando cartas o hablando por teléfono, cortando el césped o haciendo cualquier otra actividad que los distraiga.

El trabajo de ellos es observar a los niños!

Seguridad en la Alberca y el Agua

Precauciones de Seguridad

Algunos puntos simples que le pueden ayudar en seguridad y diversión, experiencias en el agua cuando este de vacaciones, cuando visita amigos que tienen alberca o mientras están en la tina o salgan a pasear en barco:

- Nunca asuma que otra persona esta cuidando o mirando a su hijo
- Reforce las leyes y reglas de seguridad en el agua
- Quédese en areas donde usted pueda mirar el fondo de la alberca
- Saber donde están sus hijos todo el tiempo
- Siempre tenga a un “observador o cuidador designado” para un niño
- Si te vas a retirar del lugar, siempre llévate a tus hijos contigo.
- Aprende a nadar y dar CPR (Resucitación Cardiopulmonar)



Desde 1988, muchos grupos se han reunido para discutir como ayudar a la gente a prevenir hechos de ahogamientos. En 1989, la Organización Preventiva de Ahogamiento del centro de Arizona fue formada. Algunos miembros son el Departamento de Bomberos de Phoenix, los programas Maricopa Girls Scouts, Weight Watchers, Water Watchers y B.J. Communications, por nombrar algunos. Todos los grupos recomiendan seguridad y estimulan a los pueblos a que pongan barreras (paredes y rejas) alrededor de las albercas. Este año la campaña de prevención ha tomado nuevos miembros, incluyendo los adultos y la División de Alfabetización Familiar del Departamento de Educación de Arizona. Se espera que con el poder de nuestras voces, entreguen un mensaje constante y ayuden a salvar a muchos niños de tener serios accidentes o muertes en el agua. Se espera que juntos podamos romper esta “epidemia” de ahogarse.



Para mas información sobre seguridad en el agua, puede llamar al
Departamento de Bomberos de Phoenix a la linea directa
602-495-5555

Si vive fuera del Condado de Maricopa puede llamar al Departamento de Bomberos local para mas información acerca de seguridad en el agua o clases de CPR (Resucitación Cardiopulmonar) y natación de bajo costo en su area.



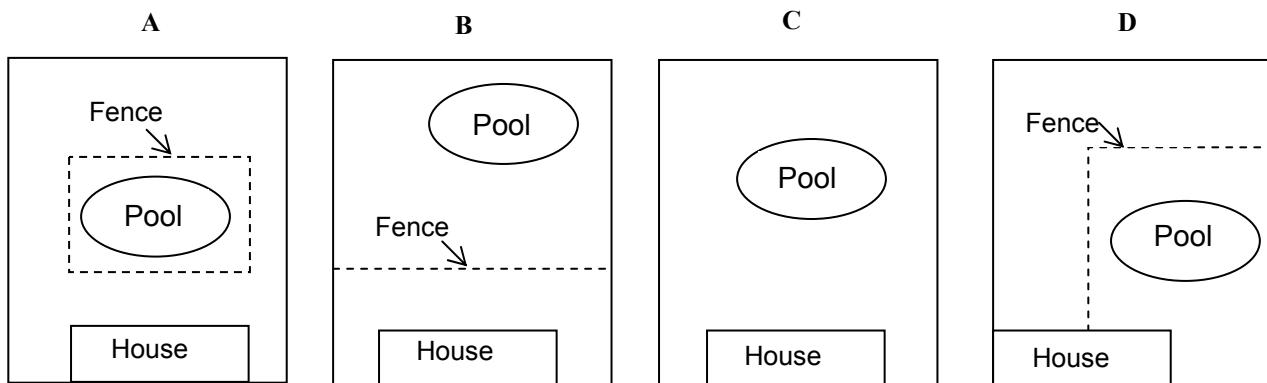
*Ahogarse se puede prevenir.
Por favor unámonos para asegurar
que las actividades en el agua sean
seguras!*

Drowning Prevention Questionnaire
American Academy of Pediatrics—Arizona Chapter
www.azaap.org

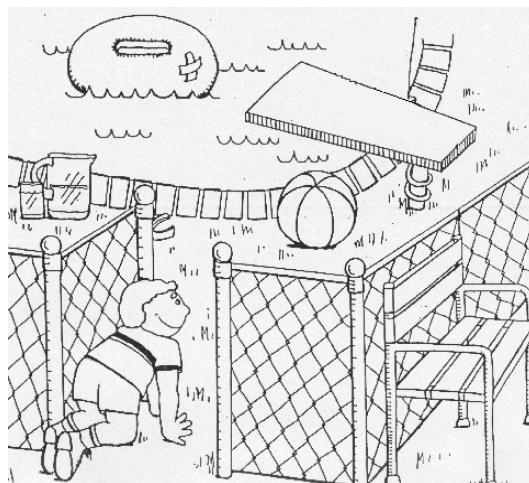
Questions

1. Which of the pictures looks the most like your back yard pool area?

There is no pool in my backyard



2. In the picture below, can you find three things that are dangerous?



3. How would you supervise a 3-year-old child around water?

- A. Always be close enough to see the child.
- B. Always be close enough to hear the child.
- C. Always be close enough to touch the child.

4. At what age can you leave a child alone in the bathtub?

- A. As young as two years old—if you have a special bath seat or ring
- B. Three years old
- C. About 5-6 years old

5. How many children under age 5 died from drowning in Arizona in the past 5 years?

- A. 50
- B. 75
- C. 115

Drowning Prevention Questionnaire
American Academy of Pediatrics—Arizona Chapter
www.azaap.org

Answers

Question 1:

- A. **TERRIFIC!** A fence that surrounds the pool on all four sides is the safest. But remember, even with a good fence, children can drown if not supervised very carefully around water. The fence, gate, and latch have to be well maintained to make sure children can not enter the pool area.
- B. **WONDERFUL!** This arrangement is very good because it will keep kids from getting out of the house and into the pool. It is important that kids playing in the yard are well supervised....that means you can't be cooking, reading, talking on the phone, or involved in distracting conversations.
- C. **DANGER!** This arrangement is not safe. Your child can sneak out the back door, back windows, or even through a pet door!
- D. **DANGER!** Even though there is a fence around the pool, a child could enter the pool area from a window at the back or side of the house!

Question 2:

- A) The gate is open. You should never prop the gate open! Make sure that the automatic self-closing and self-locking mechanisms are working at all times.
- B) The ball and pool toys will attract the child into the pool area.
- C) Children can climb up on furniture to get over the fence and into the pool area. It would be better to keep the pool furniture inside the fence
- D) No glass or breakables should be in the pool area.

Question 3:

C is correct—You should always be able close enough to touch your child when near the swimming pool. Pools can be as dangerous as a street...and you'd always hold your child's hand when crossing the street. It is hard.... almost impossible....to watch your child all the time. It is easy to get distracted and look away. Remember that it only takes a few seconds for a child to fall into the pool. Drowning is a quick and quiet death...most kids don't thrash around and yell when they fall into the pool.... they just sink to the bottom without splashing or crying out!

Question 4:

C is correct—Every year several children drown in the bathtub in Arizona. Bathtub seats and rings can topple over and are not safe. Some infants have died when an older brother or sister was supposed to be watching them in the tub. Only an adult or teenager should supervise bath time. And be careful with toilets and buckets.... kids have drowned in these too! We suggest all kids under 6 should be watched carefully while in the bath tub.

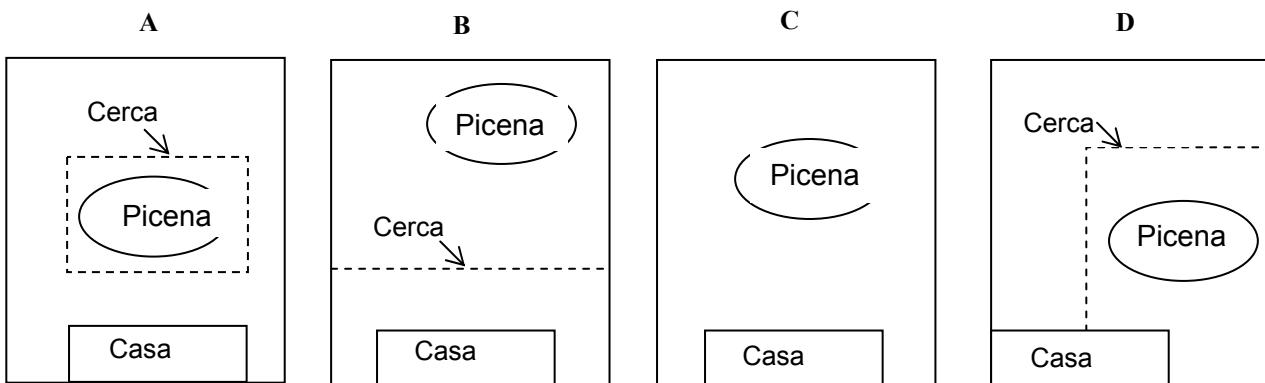
Question 5:

C is correct—There have been over 100 children under age 5 who have died from drowning in Arizona in the past five years. There are many, many more kids who have permanent brain damage from near-drowning episodes. These kids are from all cultural and economic backgrounds. Drowning can happen to any child...unless he or she is carefully supervised around water at all times!

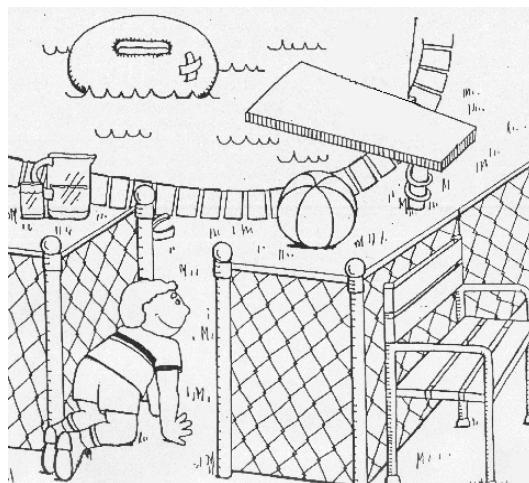
Preguntas Sobre la Prevención de Ahogamiento
La Academia Americana de Pediatría – Capítulo de Arizona
www.azaap.org

Preguntas

- 1. ¿Cuál de estos dibujos se parece más a su patio con piscina (alberca)?**
Mi patio no tiene piscina



- 2. En el dibujo siguiente, ¿puede usted encontrar tres cosas que son peligrosas?**



- 3. ¿Cómo vigilaría usted a un niño de 3 años de edad que estuviera cerca del agua?**
- A. Siempre estar cerca del niño para poder verlo.
 - B. Siempre estar cerca del niño para poder escucharlo.
 - C. Siempre estar cerca del niño para poder tocarlo.

- 4. ¿A qué edad debe dejar solo al niño en la bañera (tina del baño)?**
- A. Una edad temprana de dos años- si tiene un asiento especial para la tina
 - B. Tres años
 - C. Unos 5-6 años

- 5. ¿Cuántos niños menores de 5 años de edad se han ahogado en Arizona durante los últimos 5 años?**
- A. 50
 - B. 75
 - C. 115

Preguntas Sobre la Prevención de Ahogamiento
La Academia Americana de Pediatría – Capítulo de Arizona
www.azaap.org

Preguntas

Pregunta 1:

- A. ¡MAGNIFICO!! Una cerca que encierre la piscina por los cuatros lados es la más segura. Recuerde, hasta con una cerca buena, los niños pudieran ahogarse si no estan vigilados cuidadosamente alrededor del agua. La cerca, el portón, y la cerradura deben estar en buenas condiciones para asegurar que los niños no puedan entrar en el área de la piscina.
- B. ¡MARAVILLOSO! Este arreglo es muy bueno porque va a prevenir a que los niños salgan de la casa y entren a la piscina. Es importante que los niños que están jugando en el patio esten bien vigilados...esto significa que uno no debe estar cocinando, hablando por teléfono, o involucrado en conversaciones que pudieran distraerle.
- C. ¡PELIGRO! Este arreglo no es seguro. ¡Su niño pudiera salirse por la puerta o ventanas de atrás, o incluso, la puerta especial del perro!
- D. ¡PELIGRO! Aun teniendo una cerca alrededor de la piscina, ¡un niño pudiera entrar en el área de la piscina desde una ventana de atrás o del lado de la casa!

Pregunta 2:

- A) El portón está abierto. ¡Nunca debe colocar ningún objeto para mantener el portón abierto! Asegúrese que los mecanismos en el portón para cerrarse por si solos o para ponerse bajo llave por si solos trabajen en todo momento.
- B) Las pelotas y juguetes para la piscina atraeran al niño hacia el área de la piscina.
- C) Los niños pueden escalar muebles para cruzar la cerca y entrar en el área de la piscina. Sería mejor de mantener muebles para el uso de la piscina dentro de la cerca.
- D) No debe haber vidrio o cosas que pudieran quebrarse en el área de la piscina.

Pregunta 3:

C es la correcta—Siempre debe de estar cerca del niño para tocarlo cuando el este en el área de la piscina. Las piscinas pueden ser tan peligrosas como la calle...y siempre debe estar cerca para tomarlo de la mano cuando cruzan la calle. Es difícil...casi imposible...vigilar a su niño todo el tiempo. Es facil distraerse y quitar la mirada. Recuerde que solo toma unos cuantos segundos para que un niño caiga a la piscina. El ahogamiento es rápido y la muerte silenciosa...la mayoría de los niños no hacen mucho alboroto ni gritan cuando se caen a la piscina...se hunden sin haber chapoteado o sin haber pedido auxilio.

Pregunta 4:

C es la correcta—Cada año en Arizona, varios niños se ahogan en la tina. Los asientos especiales para la tina se pueden voltear y no son seguros. Algunos bérbes se han muerto cuando el hermano o hermana mayor debieran haber estado vigilandolos en la tina. Solo un adulto o adolescente debe vigilar a un niño durante la hora del baño. Tenga cuidado con los escusados y cubetas (baldes)...hay niños que se han ahogado en estos, tambien. Se recomienda que todo niño menor de 6 años de edad sea vigilado cuidadosamente mientras esté en la tina.

Pregunta 5:

C es la correcta—Ha habido más de 100 niños menores de los 5 años de edad que han muerto por ahogamiento en Arizona en los últimos 5 años. Hay muchos, muchos más niños que tienen daños cerebrales permanentes, debido a episodios donde casi se ahogan. Estos niños son de todas las distintas culturas y niveles económicos. ¡Un ahogamiento pudiera pasarle a cualquier niño...a menos que siempre esté vigilado cuidadosamente alrededor del agua!

Vocabulary Words

- * **Access** – Entrance
- * **Advocate** – Supporting, to speak out or write in favor of a cause or action
- * **Alarm** – A loud sound that warns others of danger
- * **Animated** – Moves like an animal
- * **Aquatics** – Related to water or water activities
- * **Barrier** – Anything that prevents passage or entrance; something that separates, hinders or keeps two things apart
- * **CPR** – Cardiopulmonary resuscitation; a procedure used to help the heart and lungs to come back to life when they have stopped functioning
- * **Coalition** – A group that comes together for a specific purpose
- * **Drowning** – When someone dies because water gets into or fills the lungs causing breathing to stop; suffocation by water or another liquid
- * **Epidemic** – Rapid, widespread growth
- * **Hazards** – Things that tend to cause or allow (water) accidents to happen (*lack of fences, locks or constant supervision; alcohol, carelessness*)
- * **Magnet** – Usually a metal like iron that attracts a similar material; in this case (water and children), water has a powerful attraction that pulls children towards it or into it
- * **Mandated** – Required or ordered, like a law
- * **Near – drowning** – A water accident where someone does not die, however, often there is permanent brain injury due to the loss of oxygen while the lungs were filled with water
- * **Precaution** – An action taken before a dangerous situation can happen
- * **Prevention** – To keep from happening; the best way to keep from having pool accidents are by having good supervision
- * **Supervised** – To oversee or observe; an adult or a life guard is watching children who are swimming or playing in water
- * **Unintentional** – Unplanned; not done on purpose



Fire Prevention

Prescription Safety

Car Safety

Swimming Pool and Water Safety

www.ade.az.gov/adult-ed/HSLiteracy/

hsliteracy@ade.az.gov

Swimming Pool and Water Safety

Safety Tips



1. Never go near water without an adult there to watch you.
2. Stay away from swimming pools, beaches, rivers, and lakes during stormy weather.
3. Take swimming lessons to learn how to swim.
4. Always use the buddy system while at swimming pools, beaches, and lakes.
5. Never dive into shallow water. It's safest to always jump in feet first.
6. Always sit down while in a boat and wear a life jacket.
7. Don't run on the swimming pool deck or boat dock.

Swimming Pool and Water Safety Maze

